Nhật tụng Kālāma – Kinh tạng trích diễm

Kinh Xú uế – 30/06/2024

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép

Hôm nay chúng ta học bài kinh số 1 của cuốn 2- Kinh Xú Uế.
Ông để cái hình hấp dẫn. Mấy bà con chưa biết Nam tông thấy cái hình hết hồn. Bài kinh này nói về vấn đề chay - mặn.
Bà con vào kinh Kalama, trong đó có xuất xứ kinh này là trong Tiểu Bộ. Trong Chánh tạng rất ngắn gọn, nhưng trong Chú giải thì phần chưa được dịch sang tiếng Việt Nam.
Tam Tạng có Chú giải đi kèm – kinh đó có chỗ nào khó, chỗ nào cần nói rộng, nói sâu, thì phần Chú giải sẽ nói thêm phần đó. Kinh điển có 5 đời:

(1) Đời 1: Do đức Phật và các đại đệ tử cùng thời thuyết giảng.
(2) Đời 2: Chánh Sớ - Giải thích đời 1.
(3) Đời 3: Giải thích góc tối đời 2,

. .. cứ như vậy đến đời 5.

Kinh này trong Chánh tạng chỉ nói vắn tắt thôi, mình đọc chỉ thấy nội dung chứ Duyên sự không nói.
Chú giải cho chúng ta biết thế này: Đức Phật Ca Diếp – Đức Phật trước đức Phật mình đã thuyết giảng bài kinh đó cho người nào đó. Trong Chú giải nói cho chúng ta biết cặn kẽ thế này:
Thời đức Phật Thích Ca có ông đạo sĩ, có hàng trăm đệ tử tu trong rừng, mấy trăm thầy trò theo trường phái ăn chay, từ chối tất cả món ăn có nguồn gốc động vật: cá, tôm, heo, bò, dê, cừu,.... là không ăn. Nói chung tất cả thức ăn có nguồn gốc động vật là không ăn. Một ngày kia ông sư phụ này tình cờ gặp nhóm Phật tử, nghe họ nhắc đến chữ "Phật", do túc duyên tu hành nhiều đời, nghe chữ "Phật" ông bị chấn động: Nếu đúng có người được gọi đức Phật như vậy sống chết phải tới gặp. Mà vị này ăn uống ra sao? Ông coi nặng vụ chay, mặn lắm. Mấy vị Phật tử trả lời: Đức Thế Tôn đi khất thực, tùy duyên, được cúng gì Ngài ăn cái đó. Ông nói: Kỳ lạ, Phật là bậc đại trí đại từ sao có thể ăn đồ ăn nguồn gốc động vật được. Ông khó chịu lắm. Do túc duyên nhiều đời thôi thúc ông đến gặp đức Phật.
Đức Phật kể chuyện xưa, không phải thời nay Như Lai mới gặp người giống như ông mà thời xưa đã có người thắc mắc như ông.
Kiếp trái đất này có 5 vị Phật:
1. Phật Kakusandha- Câu Lưu Tôn
2. Phật Konagamana - Câu Na Hàm Mâu Ni
3. Phật Kassapa - Ca Diếp
4. Phật Sakya Muni - Thích Ca Mâu Ni
5. Phật sẽ ra đời Mettayo - Di lặc
Đức Phật mình là vị thứ 4 trong trái đất này.
Đức Phật Thích Ca trước khi xuất gia là một ông hoàng, dòng dõi vua chúa. Còn chư Phật quá khứ nhiều vị có xuất thân khác nhau. Khi đức Phật Ca Diếp – Khi Ngài ra đời, thân phụ ngài mời người tới coi tướng, đoán trước Ngài sẽ thành một vị Phật. Khi đức Phật Thích Ca chào đời cũng được phụ vương cho người xem tướng. Phật Ca Diếp cũng vậy. Cho nên có nhiều người khi nghe được thì đi xuất gia chờ gặp Ngài. Trong số đó có ông công tử tên Tissa ông đi tu trước, chờ. Thời đức Phật Thích Ca có ông Kiều Trần Như xuất gia trước mấy chục năm chờ. Một thời gian, biết đức Phật Ca Diếp thành đạo, ông công tử Tissa tới gặp Ngài nhưng ông theo trường phái ăn chay, coi nặng chuyện ăn chay. Trước khi tới ông có tìm hiểu biết đức Phật Ca Diếp thọ thực tùy duyên. Ông Tissa sốc dữ lắm. Theo tướng số ông biết ngài thành Phật sao có thể thọ thực những món ăn từ động vật.
Theo Chú giải nói, hôm đó có người cúng dường đức Phật Ca Diếp cúng dường cháo và nhiều món khác. Lúc đó Tissa đã xuất gia, quan sát xem đức Phật độ ngọ thế nào, thấy Ngài cầm miếng thịt lên. Ông bị sốc. Sau khi Ngài dùng xong ông đến hỏi: Người đại trí đại bi như Ngài sao lại dùng thực phẩm như vậy? Đó là món bất tịnh mà? Đức Phật giải thích như vậy đó – bài kinh.

Đức Phật Ca Diếp nói: Món ăn từ động vật không phải là bất tịnh. Chỉ bất tịnh khi nào người ta sát sinh, trộm cắp mới có món ăn đó thì mới gọi là món ăn tội lỗi. Người tiêu thụ cũng là người không tu hành gì hết mới là tội lỗi.
Món ăn tội lỗi gồm 2 trường hợp:

- Nguồn gốc từ sát sinh, trộm cắp, hại người hại vật mà ra. Nó được gọi là Bất tịnh.
- Người thọ dụng không tu hành, sống bằng tâm gian ác bất thiện, tham, sân, si thì như vậy món ăn đó mới gọi là món ăn Bất tịnh.

Nếu nguồn gốc không thanh tịnh nhưng người ăn thanh tịnh thì món ăn vẫn được kể thanh tịnh.
Thanh tịnh nghĩa là gì? - Món ăn không phải có được từ lừa đảo, gian trá, tham, sân, si. Mà được người có tu tập, người có trí, có bi, có nhẫn, có thiền, thọ dụng thì đó không phải món ăn bất tịnh.
Trong room nhiều người không đồng ý chúng tôi "mình không ăn lấy gì người ta giết" – suy nghĩ đó đúng. Hỏi tôi về chay mặn thì tôi nói thẳng : Tôi khích lệ chuyện ăn chay trong trường hợp thế này: Nếu chùa có nhà bếp, có người nấu ăn, có người đi chợ thì nên ăn chay. Nếu vị tăng đi khất thực thì phải tùy duyên. Vì nhiều khi cả buổi người ta chỉ cho chén cơm chiên. Các vị coi video trên internet thấy bà con cúng lễ lộc đầy tưởng đâu đi bát vậy đó.
Ngày xưa Việt Nam mình có Ngài Ấn Lâm, ngài Thiện Thắng, ngài Pháp Minh, ngài Tuệ Nhẫn, ngài Giới Hương,... các vị có tiếp xúc nhìn vào cái bát khất thực các vị mới khiếp. Nhiều khi cũng xóm đó mà mưa, người để bát ít đi, hoặc người ta đi vắng, hoặc chuyện gì đó mà bữa đó thức ăn họ không nhiều, hoặc có khi người ta không để như mọi hôm.
Tôi ở Giồng ông Tố, quận 8 chùa Diệu Pháp, hồi trẻ tôi cũng từng đi bát. Họ để gì? Lon gạo, có bữa 3 miếng tàu hũ, khúc bánh mì, xôi. Ông kia vừa để gói xôi vô là ông Nhân đổ lon gạo lên, gói xôi ông Nhân rất ngon rồi ông Kiên đổ gạo lên, rồi đi qua bên chỗ kia bà Cúc, bà Đào,... liệng tàu hũ chiên vô dính gạo tùm lum, rồi bánh mì, hũ chao... họ đâu có nhẹ thay, họ cứ thảy vô. Đem về miếng tàu hũ ngon thiệt là ngon, miếng xôi ngon thiệt là ngon mà đem về phải gỡ gạo thổi phù phù mới ăn được, thí dụ vậy. Khổ lắm. Nếu đi bát nhiều bữa đầy đủ, nhiều bữa xui chỉ 1-2 món thôi.
Tôi khích lệ ăn chay - nếu có điều kiện thì ăn chay, không có điều kiện thì tùy duyên.
Tôi quay lại nội dung bài kinh.
Đúng - mình không nên ăn mặn cho người ta sát sinh nhưng cũng không nên dựa thực đơn mình mà coi thường người không ăn chay thì không nên.
Tôi nói rõ ràng, 4 gạch đầu dòng:

- Tôi khuyến khích ăn chay
- Trong trường hợp tùy duyên, ăn chay không quan trọng
- Ăn chay vì lòng đại bi, vì sức khỏe, đạm bạc người tu thì tốt
- Tuy nhiên dựa chuyện ăn uống của mình bài xích người khác bằng tâm sân si, khinh bỉ, chà đạp, biếm nhẽ, phỉ báng, tổn thương thì không nên. Các vị nghĩ sao nếu người ta đi chùa tu thiền về chửi mấy người không tu thiền, có chịu nổi không? Đi học giáo lý về chửi mấy người không học giáo lý – chịu nổi không? Vô chùa thọ bát quan trai về chửi mấy người không giữ bát quan trai, chịu nổi không? Vô chùa cúng mớ tiền về chửi mấy người không cúng – chịu nổi không? Nói chung, tất cả công đức, hạnh tu ai làm được thì tốt, còn người ta không làm được là chuyện của người ta. Mình làm được là chuyện của mình. Mình không nên dựa vào chuyện mình có làm mà bài xích, chà đạp, khinh bỉ, biếm nhẽ, tổn thương, xúc phạm người khác thì không nên. Đời – Đạo đều như vậy hết. Mình có bằng đại học chửi mấy người không có bằng đại học là dốt, mình không uống rượu chửi người uống rượu, mình không hút thuốc chửi mấy người hút thuốc, một vợ một chồng chửi người ly hôn tái giá,... không nên. Đời ai nấy lo.

Nội dung bài kinh này: **Thực đơn trên bàn không quan trọng bằng thực đơn trong lòng mình.** Có nghĩa: Mỗi ngày mình sống nhiều với cái gì? Từ bi, Trí tuệ, kham nhẫn, thiền định hay sống nhiều với tỵ hiềm, đố kỵ, nhỏ mọn, toan tính, chia rẽ, kỳ thị....Tự mình coi mình ăn cái gì là một chuyện nhưng Tâm hồn mình sống nhiều với cái gì thì theo tôi, theo kinh quan trọng hơn.
Chuyện mình ăn gì mới một phần thôi. Quan trọng nhất là sau bữa ăn đó mình sống nhiều với cái gì?
Tôi nhắc lại. Nói không khéo nhiều người tưởng lầm tôi bảo vệ quan điểm ăn mặn. Không phải. Tôi kêu gọi ăn chay, nhưng theo kinh điển tôi kêu gọi tinh thần Tùy duyên. Mình ăn chay mà tự gây bất tiện cho mình, khó khăn cho người khác thì có lẽ phải xét lại. Chay hay mặn đều Kiêng sát sinh – Đây là chuyện

bắt buộc – Cấm Sát, từ con ruồi, con muỗi... trở lên, con gì mình biết là chúng sinh là mình không giết. Mấy con chấy, con rận li ti là mình không giết. Tôi tận mắt thấy nhiều người thờ Phật, có pháp danh, ăn chay có ăn mặn có – kỳ rồi tôi về Việt Nam, 9h sáng tôi giảng, muỗi bay ngang tôi nhìn xuống thấy một cô tu nữ cô đưa tay đập chan chát tỉnh bơ. Cái đó là bậy lắm. Mình ăn ngọ, ăn chay tùm lum mà muỗi mình làm lia lịa là không được.

Cái quan trọng nhất là không sát. Dầu chay hay mặn chuyện đầu tiên - Bất Sát.

Chuyện tiếp theo, chay mặn, Bất Sát không đủ. Vì sao? Vì thời gian mình ăn 15 phút thôi, một ngày 24 tiếng, tính coi, một ngày ngoài giây phút mình ăn ra, kể cả ăn thực dưỡng bài số 7 – chẳng những tàu hũ mà kiêng luôn dầu mỡ, rồi sao? Xong bữa ăn mình sân si, hờn giận, căm ghét, kỳ thị, đố kỵ, toan tính, nhỏ mọn thì hỏi: Chuyện mình ăn chay là ăn như thế nào? Tự xét coi.

Tùy Duyên. Luôn luôn bất sát nhưng tùy duyên. Không kiếm đồ ngon để ăn – Tùy duyên. Tự mình nấu thì nấu đồ chay. Thí dụ có người bưng tới món mặn ăn tỉnh bơ.

Trong kinh ghi rõ. Nhiều vị không đọc sách ngoại ngữ, toàn đọc tiếng Việt, từ đó bị hạn chế, nghe cái gì lạ thì chống.

Trong Chú giải nói rất rõ: **Ăn chay mặn không quan trọng bằng ăn có quán tưởng không.**

Có nghĩa là: Một vị tăng khi cầm ly nước, viên thuốc, khoác lên mình cái áo, bước chân vào cái cốc, mà không quán tưởng (Quán tưởng - ăn thì tâm niệm mình ăn để có sức tu; Áo - giúp mình chịu đựng nắng gió, lạnh lẽo, côn trùng chích đốt, để có điều kiện tu học; Ở - trú xứ này là để có chỗ tu hành)

Chú giải ghi cái này mới ghê: Lẽ ra tỳ kheo có 4 Bất cộng trụ - Phạm rồi không là tỳ kheo nữa. Nhưng Chú giải nói, có một tội đáng gọi là Bất cộng trụ thứ 5: Ăn không quán tưởng.

Ngẫm ngẫm lại- đúng: Khi sử dụng các món nhu yếu mà không quán tưởng thì coi như là pháp bất cộng trụ thứ 5. Ăn, y áo, uống thuốc, bước vô am mà không quán tưởng được gọi là *pañcama pārājika*. Các vị kêu ông tăng nào đọc Pali được dò dùm.

Ăn chay ăn mặn không quan trọng mà quan trọng là anh là tu sĩ anh sử dụng bốn món này anh có quán tưởng không. Nó đọa là đọa chỗ ăn không quán tưởng, không phải chỗ anh ăn cái gì. Bữa ăn 15 phút sau đó anh tu hành, học hành ngon lành thì không vấn đề. Nhưng anh ăn toàn rau cải, chay lạt mà sau đó toàn bất thiện không mới mệt. Anh ăn cái gì không cần biết, tu sĩ lúc ăn không quán tưởng cái đó rất mệt.

Những vị không đọc Pali nghe bàng hoàng.

Bài kinh này nói cái gì?

- Ăn cái gì thì ăn, phải Bất Sát
- Ăn cái gì thì ăn, phải có đại từ đại bi với chúng sinh
- Ăn cái gì thì ăn, không làm, nói, nghĩ chuyện hại người hại mình
- Người xuất gia phải quán tưởng.

Chuyện ngài Ratthapāla/ Bảo Quốc – tóm tắt thôi, khi xuất gia về lại nhà cũ, thấy cô đầy tớ xách nguyên cái xô đồ bỏ, nhìn xô nồi nấu cám heo nó khác xô nồi nấu đồ người ăn, ngài là công tử mà ngài nhìn ngài biết, ngài nói: Nếu cái đó cô bỏ thì bỏ vô bát tôi đi. Cô nghe vậy đổ vô bát ngài, ngài kiếm gốc cây dùng hết phần ngài nhận. Hỏi trong room tu Phật, cầu đạo giải thoát, chán sanh tử - Có ai làm nổi chuyện đó không? Tâm tư người ta phải đạt tới cảnh giới Tứ Đại Giai không, lục căn thanh tịnh, không còn phân biệt đối đãi nhị nguyên mới ăn được cái đó, chứ nghe, nhìn, kể đã ớn.

Chuyện thứ hai, ngài Mahā Ca Diếp, ngài đi bát vô xóm phong cùi, có ông đó bị cùi, run sao mà lóng tay cận ngày quá rồi, rớt vô bình bát của ngài. Ngài đại bi mà, ngoài đời ngài là đại gia, trang trại của ngài lớn đến mức không đi bộ được mà phải cưỡi ngựa. Ở Mỹ có mấy trang trại cũng phải đi bằng xe hơi. Ngoài đời ngài tên là Pipphali, xuất gia ngài tên là Mahākassapa. Giàu sang nứt trứng. Đi tu rồi Lục thông, Tam Minh, Bốn trí vô ngại. Mỗi ngày đi bát lựa xóm nghèo đi. Vô xóm cùi, rớt ngón tay vô đó, ngài về lấy lóng đó bỏ ra thôi, coi như chiếc lá khô rớt vô bát thôi.

Đó là những bài học đẹp.

Tôi không xúi các vị ăn dơ, khích lệ các vị ăn uống vệ sinh, không xúi các vị bạ gì ăn nấy, tùy sức khỏe mình ăn cho hợp lý. Có điều - Tất cả là tùy duyên:

- Điều kiện mình có được cái gì.
- Thứ hai là teo sức khỏe mà tránh cái gì, ăn được cái gì.

Còn chuyện ăn thì ngoài 15 phút của bàn ăn thì thời gian còn lại mình sống ra sao mới lớn chuyện.

Nội dung bài kinh này nói như vậy. Ngoài bữa ăn mình sống sao mới quyết định món mình ăn vô là sạch hay dơ. Nếu ăn 15 phút mà ngoài 15 phút đó ra còn lại hai mươi mấy tiếng đồng hồ sống toàn bất thiện không thì trong 15 phút kia mình có ăn sương uống gió vẫn là ăn uống bất tịnh. Nếu 15 phút đó mà mình chay mặn tùy duyên, sống bằng Từ Bi, Trí Tuệ, Kham Nhẫn,.... thì gọi là Tịnh. Trừ những người cực đoan, nếu bình tĩnh khách quan chút xíu các vị nghĩ coi phải không?
Theo tôi biết, tôi thấy, có nhiều người ăn chay, ăn ngọ mà lọc lừa, gian ác, hại người, thiếu chân thật, thiếu từ bi, thiếu kham nhẫn. Tôi từng gặp người không ăn chay, tùy duyên, họ là cư sĩ mà dễ thương hơn một vị tu sĩ. Vị tu sĩ còn ngồi yên cho người ta nuôi. Cư sĩ người ta đi làm. Gom gom lại chừng 5-7 người. Họ dễ thương đến mức giờ họ tới xin ở chung là tôi gật đầu không do dự. Có ông cụ mới mất hôm Covid, hồi tôi ở Houston, ổng là cư sĩ có Trí, có tâm từ, sống chánh niệm, ý tứ, cẩn thận, miên mật. Năm 2019 tôi làm Kalama tôi nói ước gì bác qua đó ở với tôi. Ổng nói: Nhà cửa bên Mỹ sao qua được, muốn lắm. Tưởng sao, tới hồi covid ổng mất. Biết nhau 26 năm, cuối cùng ổng mất hôm covid. Ông thọ chín mấy. Ông là không có chay. Con gì đưa lưng lên trời là ổng ăn hết, ổng bất sát, không giết nhưng ngoài chợ bán gì ổng ăn hết. Nhưng thực đơn tâm linh của ổng rất xuất sắc. Tôi biết tầm 5-7 người như vậy. Họ ăn tùm lum nhưng rất dễ thương.
Thực đơn ngoài bữa ăn mới quan trọng. Còn thực đơn trong mâm ăn không quan trọng lắm vì nó có 15 phút.
Trong Chú Giải ghi rõ: Người xuất gia ăn phải quán tưởng:

- Thực phẩm, lá y này không phải là chúng sinh, nó là Bốn đại *dhātumattaṁ* - *Chỉ là bốn đại*, nó không phải bất tịnh nhưng khi nó chạm vào cơ thể này nó lập tức thành bất tịnh.
- Thứ hai - Những món ta đã, đang dùng trong ngày nay chỉ nhằm mục đích hỗ trợ đời sống phạm hạnh. Trong lúc ăn, mặc không nhớ thì tối trước khi ngủ quán tưởng thì không mắc nợ, thứ hai, bản thân tại sao phải quán tưởng: Người thường xuyên quán tưởng thì nhớ trách nhiệm tu hành. Nếu ngoài 2 buổi công phu, không tụng kinh, thiếu luôn mấy lần quán tưởng thì mình không nhớ trách nhiệm tu hành. Trách nhiệm tu hành gồm: Giới, Định, Tuệ; Pháp học & Pháp Hành; Chỉ có người thường xuyên quán tưởng, nói rốt ráo là người sống chánh niệm bớt được tội này.

Được kể là Bất Cộng Trụ thứ 5 là không giống 4 cái kia. Mấy cái kia phạm 1 lần là xong. Còn cái này cứ mỗi lần ăn không quán tưởng là phạm một lần. Nó không giống 4 cái kia nhưng độc hại thì tương đương 4 cái kia - Nó ảnh hưởng đời sống tinh thần ghê lắm. Cái này cũng vậy. Khi người tu sĩ, tăng ni sử dụng các món vật dụng nhu yếu một hai ngày sơ ý thì thôi, kéo dài ngày dài tháng rộng đúng là trọng tội vì tự mình quên mất trách nhiệm tu hành. Với người cư sĩ thì nhớ: Món mình ăn mỗi ngày có phải chánh mạng, chánh nghiệp không. Đời sống mình mỗi ngày có hại ai, hại mình đời này kiếp sau không? Tránh mấy sinh kế tội lỗi – 5 tà mạng.
Người xuất gia:

- Tránh Tà Mạng
- Quan tâm Tam Tịnh Nhục
- Luôn luôn quán tưởng khi tiêu thụ nhu cầu vật chất.

Bài giảng này có thể nhiều người mong đợi tôi giảng hướng các vị thích, nhưng tôi chỉ giảng đại khái chung chung, theo hướng phổ quát cho mọi người, không phải Phật tử có thể nghe được.
Tôi nhắc lại, nội dung bài kinh này kêu gọi chúng ta nên có thực đơn thứ hai ngoài bàn ăn. Thực đơn là cho bữa ăn, trong bữa ăn. Bài kinh này kêu gọi thực đơn ngoài bữa ăn.
Ngoài đời chỉ biết : Tiêu thụ thực phẩm qua đường miệng là ăn.
Theo nhà Phật, bất cứ cái gì nạp vào 6 căn, nuôi dưỡng thân tâm gọi là Thực phẩm hết. Kinh ghi rất rõ. 6 trần - Bất cứ cái nào mình nạp qua 6 căn duy trì đời sống thân, tâm là thực phẩm.
Thực phẩm trong kinh kể có 4: Thực phẩm cho tinh thần & Thực phẩm cho thể xác.

- Thực phẩm thể xác: ăn uống, nhai nuốt, gồm cả thuốc men. Nhiều khi mình quan tâm quá nhiều thực đơn thể xác mình quên thực đơn tinh thần. Mấy người ăn chay không nghe họ nói. Đặc biệt cư sĩ họ cứ quan trọng thực đơn mâm ăn mà thực đơn ngoài mâm ăn – những gì họ thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng, tư duy, những gì trực tiếp tác động lên thân xác và tinh thần của họ. Thí dụ mình ăn kiêng trên bàn ăn ngoài lúc ăn kiêng ra mình có uống, ăn cái gì thêm hại cơ thể không là một chuyện. Có người ăn kiêng trong bàn ăn, ngoài bàn ăn không kiêng.

- Thức ăn tinh thần: Ngoài 2 buổi công phu sớm, chiều, ngoài giờ ngồi thiền, ngoài giờ nghe giảng, đọc sách, kinh kệ,.. mình sống bằng cái gì? Đời sống mình nghiêng nặng, thiên về cái gì, nặng về cái gì, cái đó là cái quan trọng.

Nhiều khi mình nghĩ mình không có tóc hoặc mình là cư sĩ, ngày 2 buổi công phu sáng tụng thời, chiều một thời là xong. No. Vậy là chết rồi. Vì mình là một bệnh nhân trầm kha. Thuốc không bao giờ thừa, đương nhiên phải uống đúng liều lượng bác sĩ cho. Nhưng không thể nói sáng uống lần, chiều một lần là đủ. Không. Tùy bác sĩ phán bao nhiêu uống bao nhiêu. Không phải uống theo sở thích là không được. Chuyện tu hành y chang. Tinh thần mình được nuôi dưỡng như thể xác. Thể xác khỏe hay bệnh tùy thuộc nhiều điều kiện mà trong đó chuyện mình ăn gì, uống gì; thì tinh thần cũng vậy - Mình thiện hay ác, khổ hay vui hoàn toàn tùy thuộc những cái gì mình nạp vào tâm tư, tinh thần của mình. Phần này mới quan trọng.
Đó giờ cứ đè vào cái ăn uống hoài. Trong khi cái kia không quan tâm mà cái kia mới quan trọng.
Tôi nhắc lại lần nữa. Tôi cho các vị ăn tiết canh, bò tái, đuông dừa – ăn ác vậy đó, đoán chừng bằng bữa ăn. Ngoài 15 phút ăn mà các vị có tâm từ, có trí tuệ, có kham nhẫn, ... thì tôi thấy hình như quý vị tu nhiều; Ăn tội lỗi lắm mà ngoài giây phút ăn đó ra quý vị sống trí tuệ, kham nhẫn, thiền định, thì theo tôi hình như nó tốt hơn mấy người ăn uống chay tịnh mà ngoài giờ ăn xài không vô. Tôi nói tận cùng như vậy.
Tôi chốt lại. Tôi không khích lệ các vị ăn uống một cách tội lỗi. Giả định có ăn uống tội lỗi chỉ mất 15 phút. Thời gian ngoài bữa ăn mấy chục giờ. Bỏ bàn cân coi cái nào nhiều. Đừng đi đồn nói ổng xúi ăn tiết canh, sushi... Quý vị gian ác trong bữa ăn hơn gian ác ngoài bữa ăn, vì thời gian ngoài bữa ăn nó nhiều. Đa phần chúng ta nhắm vào 15 phút bữa ăn mà chúng ta nói. Chúng ta quên mấy chục tiếng còn lại thì không nghe ai nói gì hết.
Chống nhau um sùm chỉ 15 phút bữa ăn thôi. Tại sao không chống mấy chục tiếng còn lại? 2 bữa ăn = nửa tiếng, còn 23,5 tiếng - anh sống kiểu gì mới quan trọng. Mà không nghe ai nói gì, cứ đè nửa tiếng kia nói riết đâm ra anh em chị em trở mặt, cùng thờ Phật mà không ngó mặt nhau, rồi khinh bỉ, căm ghét, bất mãn, mâu thuẫn, xúc đột, tưởng sao? Chỉ vì nửa giờ đồng hồ đó – có đáng không? Có thông minh lắm không?
Ăn phải nhớ:

- Bất sát
- Xem ăn là nhu cầu hỗ trợ thân xác, lấy làm điều kiện tu hành.

Như trong kinh nói, người chết đuối chụp đại cái gì lội vô bờ, kẹt quá gặp xác trôi phải chụp để nương vào bờ. Người tu hành đúng mức phải nương vào cái ăn, cái mặc, viên thuốc, chỗ ở, nương vào cái thân coi như xác sình để đi vào bờ giải thoát. Người tu đúng coi những vật chất mình dùng trong ngày như xác trôi, vịn nó vào bờ, không có hưởng thụ trong ăn, mặc, ở. Coi thân là của tạm. Coi nó là xác chết trôi, mình mượn nó mình tu. Tại sao phải coi nó như vậy?
Người có khả năng coi thân này như xác trôi có 3 cái lợi:

- Mình không mất quá nhiều thời gian cho nó.
- Khả năng chịu đựng thị phi tốt.
- Khi trọng bệnh, cận tử - vốn dĩ coi cục thịt này không ra gì, thì trọng bệnh, cận tử ra đi êm.

Đằng này mình dính mắc nó, hễ coi trọng mấy chục ký này gặp thử thách chịu không nổi, nóng quá, lạnh quá, đói, khát, thị phi chịu không nổi. Tới lúc trọng bệnh, cận tử chịu không nổi. Bình thường mình vốn coi nó là của nợ, là gánh nặng, là bao rác, là xác chưa chôn. Thường xuyên tâm niệm vậy thì sống tốt hơn, tu tập tốt hơn, chết tốt hơn.
Đây mới là thực đơn của người tu hành.
Còn chuyện trên mâm ăn, luôn luôn phải giữ giới bất sát; Thờ Phật là phải giữ giới bất sát – không được giết. Thức ăn thì tùy duyên. Nhưng nhớ đừng lạm dụng "tùy duyên", mình không giết nhưng mình kêu, gợi ý, là không nên. Tự mình không sắm sửa nhưng mình đòi hỏi, gợi ý người khác để có món đó mình ăn thì không được, không nên.
Tại sao chuyện ăn uống nó không đáng gì mà nãy giờ tôi cứ quay tới quay lui? Thức ăn có 2:

(1) Thức ăn thể xác: Muốn thấy quan trọng hay không tùy mình. Quan trọng là nguồn nào mình có nó? Khi ăn tâm niệm mình ăn để nuôi mạng, có điều kiện tu học.

(2) Thức ăn tinh thần: Ngoài nửa giờ ăn mỗi ngày chúng ta luôn nạp vào đầu những vấn đề tu tập, kiến thức, buông bỏ, ly tham, vô dục, bất hại.

Chứ còn cứ tập trung mâm ăn không, sống hai mươi mấy tiếng bất chấp thì không nên. Đó là nội dung bài kinh này.
Tất cả kinh điển, giống nhau ở điểm: Tùy Duyên. Có người hợp bài kinh này, không hợp bài kinh kia. Có người bữa nay vô nghe tôi nói chay mặn là tắt máy đi mất tiêu rồi. Có người tò mò, lắng nghe quan điểm chay mặn trong kinh điển chính thống - nguồn thông tin cấp 1, chứ không phải thầy bà- nói cái gì. Tôi chỉ cung cấp bà con tới đó thôi.
Chúc bà con một ngày vui. Hẹn chủ nhật sau./.